

# Selvurderingsskema

## Den Motiverende Rehabiliteringssamtale

Vurder samtalens kvalitet på følgende punkter på en skala fra 1-5, hvor 1 betyder i lav grad og 5 betyder i høj grad.

### Samtalens rammer og indhold

I hvor stor grad fik du afklaret samtalens rammer (formål, tid og lignende) i starten af samtalen om borgerens rehabiliteringsforløb?

| 1   | 2  | 3   | 4   | 5   |
|---|--|---|---|---|
| Jeg gik bare i gang med at tale uden at jeg forklarede om samtalens rammer. | Jeg nævnte lidt tilfældigt lidt om samtalens formål og tidsmæssige rammer. | Jeg beskrev samtalens rammer og gik i gang. | Jeg beskrev samtalens rammer og spurgte om lov til at gå i gang med samtalen. | Jeg indledte samtalen med at tale med borgeren om samtalens formål og rammer og spurgte om de stemte overens med borgerens ønsker og viden om samtalen. |

I hvor stor grad formåede du at formidle til borgeren hvordan denne samtale forholder sig til borgerens rehabiliteringsforløb?

| 1   | 2  | 3  | 4   | 5  |
|---|--|--|---|--|
| Jeg forklarede ikke hvordan denne samtale relaterer sig til det øvrige forløb, men gik blot i gang. | Jeg nævnte lidt tilfældigt lidt om hvordan denne samtale relaterer sig til det øvrige forløb og gik i gang med samtalen. | Jeg forklarede hvordan denne samtale relaterer sig til det øvrige forløb og gik i gang med samtalen. | Jeg forklarede hvordan denne samtale relaterer sig til det øvrige forløb og spurgte om borgeren havde spørgsmål til dette, men brugte ikke tilstrækkelig tid på at adressere disse spørgsmål. | Jeg forklarede borgeren hvordan denne samtale relaterer sig til det øvrige forløb og spurgte om borgeren havde spørgsmål til dette og gav mig god tid til at adressere eventuelle spørgsmål. |

I hvor stor grad havde borgeren indflydelse på samtalens formål og indhold?

| 1  | 2   | 3  | 4   | 5   |
|--|---|--|---|---|
| Jeg forklarede ikke borgeren hvad vi skulle tale om og spurgte ikke ind til hvad borgeren ønskede at tale om, og talte ene og alene om det jeg syntes var vigtigt i forhold til borgerens rehabiliteringsforløb. | Jeg forklarede borgeren hvad vi skulle tale om og gik i gang med at tale om det jeg syntes var vigtigt uden at spørge hvad borgeren ønskede at tale om i forhold til borgerens rehabiliteringsforløb. | Jeg spurgte ind til hvad borgeren ønskede at tale om i forhold til borgerens rehabiliteringsforløb, men fik kun berørt borgerens emner på en overfladisk måde. | Jeg spurgte ind til hvad borgeren ønskede at tale om i forhold til borgerens rehabiliteringsforløb og fik det i nogen grad inddraget i samtalen uden dog at komme helt til bunds i det. | Jeg inddrog aktivt borgeren i samtalen ved at spørge hvad borgeren ønskede at tale om i forhold til borgerens rehabiliteringsforløb og afstemte sammen med borgeren samtalens indhold og inddrog aktivt disse emner undervejs i samtalen. |

# Selvurderingsskema

## Den Motiverende Rehabiliteringssamtale

### Ånden i samtalen

I hvor stor grad formåede du at arbejde *personcentreret* og *empatisk* med borgeren omkring den rehabiliterende indsats?

| 1  | 2   | 3   | 4   | 5   |
|--|---|---|---|---|
| Jeg udviste ingen interesse for borgerens perspektiv og synsvinkel, og spurgte ikke ind til borgerens tanker bekymringer, ønsker eller håb. Jeg talte mest i samtalen. | Jeg udviste kun sporadiske forsøg på at undersøge borgerens perspektiv og synsvinkel og mine refleksioner og opsummeringer afveg fra hvad borgeren faktisk mente. | Jeg forsøgte aktivt at forstå borgerens perspektiv og synsvinkel ved at stille åbne spørgsmål omkring borgerens tanker, bekymringer, ønsker eller håb, men mine refleksioner og opsummeringer stemte ikke helt overens med hvad borgerens mente. Vi havde lige meget taletid. | Jeg gjorde aktive og gentagne forsøg på at forstå borgerens perspektiv og synsvinkel ved at stille åbne spørgsmål omkring borgerens tanker, bekymringer, ønsker eller håb. Jeg benyttede mig af refleksioner og opsummeringer, der dog mest var begrænset til det eksplicite indhold. | Jeg gjorde aktive og gentagne forsøg på at forstå borgerens perspektiv og synsvinkel ved at stille åbne spørgsmål omkring borgerens tanker, bekymringer, ønsker eller håb. Jeg benyttede mig af refleksioner og opsummeringer, der viste tegn på dyb forståelse og indføling. Borgeren talte mest i samtalen. |

I hvor stor grad formåede du at skabe en *samarbejdende relation* til borgeren omkring den rehabiliterende indsats?

| 1  | 2  | 3   | 4  | 5  |
|--|--|---|--|--|
| Jeg påtog mig aktivt ekspertrollen under det meste af interaktionen med borgeren. Jeg spurgte ikke ind til borgerens egne ideer til forandring og diskuterede med borgeren hvis han/hun foreslog en anden tilgang. Der forekom intet samarbejde. | Jeg reagerede overfladisk på muligheder for samarbejde med borgeren. Jeg havde svært ved at slippe ekspertrollen og fik ikke spurgt tilstrækkeligt ind til borgerens egne inputs og ideer. | Jeg inkorporerede borgerens mål, idéer og værdier, men gjorde det på en ikke-deltagende eller forkert måde. Jeg opfattede ikke eller ignorerede muligheder for at uddybe borgerens bidrag til samtalen. Der forekom nogen uenighed mellem os. | Jeg arbejdede på at fremme samarbejde og magtfordeling, på en sådan måde at borgerens idéer fik indflydelse på konsultationen på måder, som de ellers ikke ville gjort. Jeg efterspurgte borgerens synspunkter og involverede borgeren i problemløsningen. | Jeg arbejdede aktivt på at fremme magtdelingen i interaktionen på en måde, så borgerens idéer fik en væsentlig indflydelse på samtaleforløbet. Jeg efterspurgte ideer fra borgeren og inkorporerede dem i samtalen. Jeg tillagde eksplicit borgeren ekspertrollen. |

# Selvurderingsskema

## Den Motiverende Rehabiliteringssamtale

I hvor stor grad formåede du at udvise *accept* og *respekt* for borgerens autonomi ved at understrege borgerens ret til selv at vælge hvad der passer bedst til borgeren?

| 1   | 2  | 3  | 4  | 5  |
|---|--|--|--|--|
| Jeg nedgjorde eller fornægtede borgerens opfattelse af valgfrihed eller kontrol. Jeg sagde f.eks. at borgeren ikke havde noget valg i forhold til at skulle følge indsatsen/ behandlingen. Jeg var pessimistisk, kynisk eller sarkastisk ved gennemgangen af muligheder i forbindelse med borgerens rehabilitering. | Jeg opmuntrede ikke til borgerens opfattelse af valgfrihed eller kontrol. Jeg søgte ikke at behandle emnet om valgfrihed da det blev bragt op af borgeren. | Jeg var neutral i forhold til borgerens autonomi og valgfrihed. Jeg afviste ikke andre valgmuligheder, men gjorde ikke noget aktivt for at behandle emnet om valgfrihed. | Jeg accepterede og støttede borgerens autonomi. Jeg undersøgte oprigtigt borgerens valgmuligheder og erklærede mig enig, når borgeren sagde at han/hun ikke kan tvinges til forandring eller en bestemt indsats/ behandling. | Jeg bidrog væsentligt til følelsen og betydningen af borgerens udtryk for autonomi på en måde, som mærkbart forstærkede borgerens oplevelse af at have kontrol og valgfrihed i indsatsen/ behandlingen. Jeg sagde eksplicit at borgeren har valgfrihed og gennemgik valgmulighederne i forbindelse med borgerens rehabilitering på en oprigtig måde. |

I hvor stor grad formåede du at *frembringe* borgerens egne forandringsudsagn om ønsker, evner, grunde, behov, forpligtelse og skridt mod forandring i forbindelse med borgerens rehabilitering?

| 1  | 2   | 3   | 4  | 5   |
|--|---|---|--|---|
| Jeg leverede argumenterne for forandringer, uden at undersøge borgerens kendskab, lyst eller motivation for forandring. Jeg udviste ingen interesse for borgerens ambivalens og forsøgte at overtale borgeren. | Jeg støttede mig til uddannelse og oplysning, uden at undersøge borgerens personlige motivation for forandring og idéer til hvordan denne forandring kunne gennemføres. Jeg udviste kun vag interesse for borgerens forandringsudsagn og inkorporerede ikke disse i samtalen. | Jeg udviste nogen interesse i borgerens egne grunde til forandring, og til hvordan forandringen kunne gennemføres. Jeg fik ikke tilpasset eventuel information og uddannelse til borgerens forhold. Jeg reagerede sporadisk på borgerens forandringsudsagn, og fik ikke i tilstrækkelig grad udforsket disse. | Jeg accepterede borgerens egne grunde til forandring og idéer til, hvordan forandringen skal foregå, da de blev fremført i samtalen. Jeg lod borgerens forandringsudsagn sætte kursen for samtalen, men fik ikke i tilstrækkelig grad udforsket disse. Jeg forsøgte ikke at uddanne eller oplyse, hvis borgeren var modvillig. | Jeg arbejdede proaktivt for at få borgeren til at fremkomme med sine egne grunde til forandring og idéer til, hvordan forandringen skal gennemføres. Jeg anvendte f.eks. åbne spørgsmål og reflekterende lytning til at forstærke borgerens forandringsudsagn. Jeg hjalp borgeren til at overtale sig selv. |

# Selvurderingsskema

## Den Motiverende Rehabiliteringssamtale

### Den motiverende samtales værktøjer

I hvor stor grad formåede du primært at stille *åbne spørgsmål* frem for lukkede spørgsmål i forbindelse med den motiverende rehabiliteringssamtale?

| 1  | 2   | 3  | 4   | 5  |
|--|---|--|---|--|
| Jeg stillede næsten kun lukkede spørgsmål og stort set ingen åbne spørgsmål. | Jeg stillede flest lukkede spørgsmål, men også et par åbne spørgsmål. | Jeg stillede lige mange åbne og lukkede spørgsmål. Fordelingen af åbne og lukkede var 1:1. | Jeg stillede lidt flere åbne spørgsmål end lukkede spørgsmål. | Jeg stillede primært åbne spørgsmål. Fordelingen af åbne og lukkede spørgsmål var 2:1. |

I hvor stor grad formåede du at *støtte* borgeren i sine følelser og oplevelser og *bekræfte* borgerens ressourcer ved eksempelvis at anerkende og rose borgeren for sine fremskridt eller sin indsats?

| 1  | 2  | 3  | 4   | 5  |
|--|--|--|---|--|
| Jeg støttede eller bekræftede ikke borgeren i sine følelser eller i sine fremskridt og indsats. Jeg fokuserede mere på borgerens fejl og mangler end borgerens ressourcer. | Jeg støttede i lille grad borgeren i sine følelser eller i sine fremskridt og indsats. | Jeg støttede i nogen grad borgeren i sine følelser eller i sine fremskridt og indsats. F.eks. ved at støtte borgeren i at det kan være hårdt at være i rehabiliteringsforløbet eller ved at bekræfte borgerens vedholdenhed. | Jeg støttede i stor grad borgeren i sine følelser eller i sine fremskridt og indsats. F.eks. ved at støtte borgeren i at det kan være hårdt at være i rehabiliteringsforløbet eller ved at bekræfte borgerens vedholdenhed. | Jeg støttede konsekvent borgeren i sine følelser og bekræftede borgerens indsats, fremskridt og ressourcer. Jeg fokuserede på borgerens ressourcer frem for fejl og mangler. |

I hvor stor grad formåede du at demonstrere forståelse og indlevelse i borgerens perspektiv ved at lytte aktivt og *reflektere* det borgeren sagde og mente i forbindelse med rehabiliteringsforløbet?

| 1  | 2   | 3  | 4   | 5   |
|--|---|--|---|---|
| Jeg benyttede mig ikke af reflekterende lytning. | Jeg lavede kun få refleksioner af det borgeren sagde. | Jeg anvendte i nogen grad reflekterende lytning. Fordelingen mellem spørgsmål og refleksioner var 1:1. | Jeg anvendte mange refleksioner og demonstrerede at jeg lyttede til borgeren. De fleste af mine refleksioner var dog simple refleksioner. | Jeg brugte i stor grad reflekterende lytning og fordelingen mellem spørgsmål og refleksioner var 1:2. En stor del af mine refleksioner var komplekse og demonstrerede at jeg ikke blot lyttede til det borgeren sagde, men formidlede også en empatisk indføling i borgerens følelsesliv. |

# Selvurderingsskema

## Den Motiverende Rehabiliteringssamtale

I hvor stor grad formåede du at *opsummere* vigtige pointer og det der er særligt vigtigt for borgeren i relation til den rehabiliterende indsats undervejs i samtalen og ved samtale afslutning?

| 1  | 2   | 3  | 4  | 5   |
|--|---|--|--|---|
| Jeg anvendte ingen opsummeringer i samtalen. | Jeg lavede nogle få opsummeringer tilfældige steder i samtalen. | Jeg anvendte i nogen grad opsummeringer. | Jeg anvendte flere opsummeringer strategiske steder i samtalen; f.eks. ved faseskift i samtalen. | Jeg anvendte systematisk opsummeringer undervejs i samtalen til at flette samtalen sammen til en sammenhængende helhed. Jeg anvendte også opsummeringen som et styrende redskab ved at opsummere borgerens forandringsudsagn. |

I hvor stor grad formåede du at anvende *information* som et dialogisk værktøj, hvor borgerens egen viden aktivt blev søgt inddraget og hvor borgeren fik mulighed for at forholde sig til og vurdere betydningen af informationen i relation til borgerens rehabiliteringsforløb?

| 1   | 2   | 3   | 4  | 5  |
|---|---|---|--|--|
| Jeg spurgte ikke borgeren om lov til at informere om rehabiliteringsforløbet og jeg tilpassede ikke informationen til borgerens situation og viden. Informationsprocessen var en monolog, hvor jeg tolkede betydningen af informationen på borgerens vegne. | Jeg huskede at spørge om lov til at informere om rehabiliteringsforløbet, men glemte at spørge hvilken betydning informationen havde for borgeren. Jeg fik ikke i tilstrækkelig grad tilpasset informationen til borgerens situation. | Jeg spurgte om lov til at informere om rehabiliteringsforløbet og tilpassede informationen til borgerens situation, men fik ikke spurgt borgeren hvilken betydning informationen havde for vedkommende. | Jeg spurgte om lov til at informere om rehabiliteringsforløbet og tilpassede informationen til borgerens situation, og fik i nogen grad spurgt borgeren hvilken betydning informationen havde for vedkommende. | Jeg indgik i en dialog med borgeren da jeg gav information om rehabiliteringsforløbet. Jeg spurgte dels hvad borgeren allerede kendte til området og spurgte om lov til at supplere borgerens viden. Jeg tilpassede informationen til borgerens situation og indgik i en dialog med borgeren om borgerens tanker om informationen således at borgeren blev gjort til ekspert i eget liv. |

# Selvvurderingsskema

---

## Den Motiverende Rehabiliteringssamtale

### Læring og reflektioner over samtalen

Kig skemaet igennem og overvej hvilken læring du tager med dig fra samtalen og denne selvvurdering og noter:

1-2 ting fra den motiverende samtale som du synes fungerede godt i samtalen med borgeren om borgerens rehabilitering

---

---

1-2 ting fra den motiverende samtale som du skal huske at gøre mere af i din næste samtale med en borger om borgerens rehabilitering

---

---